

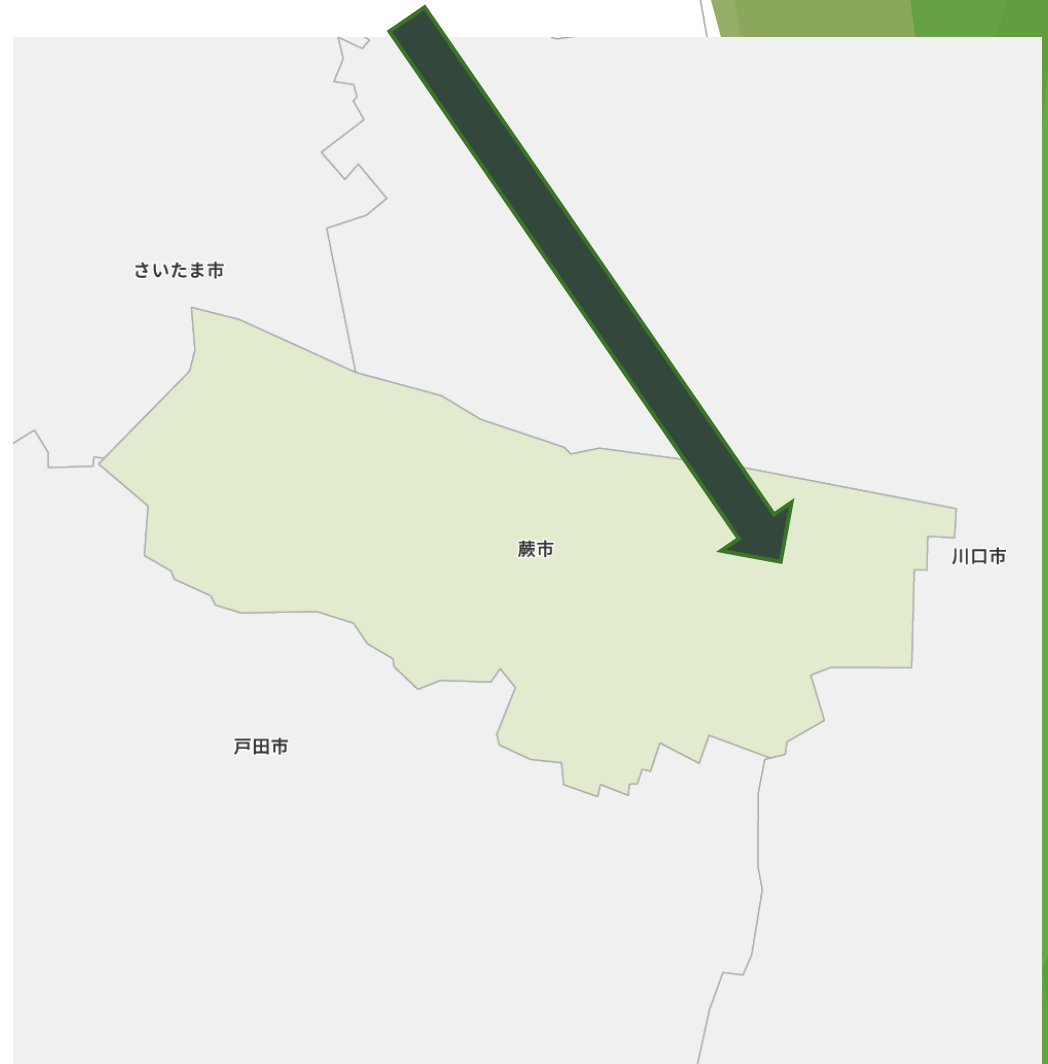
自己肯定感向上の取組



蕨市立東小学校

本校について

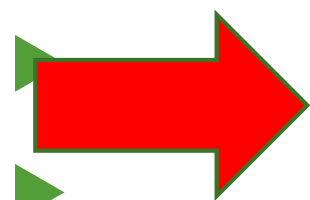
- 埼玉県南東部に位置する蕨市にある
- 開校144年目
- 児童数375人
- 教職員数24人
- 校庭が広く自然豊か
- 学校教育目標
かしこい子
心豊かな子
強くたくましい子



▶ 自己肯定感とは？

- ▶ ・ありのままの自分を受け入れられる
- ▶ 肯定的な感覚
- ▶ ・自尊心や自尊感情とほとんど同じ
- ▶ 意味で用いられていることが多い

- ▶ 私たちの思考について
- ▶ ・1日のうちに12000回～60000
- ▶ 回の思考
- ▶ ・95%が前日と同じ事を考えている
- ▶ ・80%が身を守るためのネガティブな
- ▶ 思考



ネガティブな考え方の常態化
イライラ・不安によるストレス

- ▶ 皆さんの周りの
- ▶ 自己肯定感の高い人と低い人を
- ▶ 思い浮かべてみてください

**自分が次の場にいたら
どう感じますか？**

その場面とは

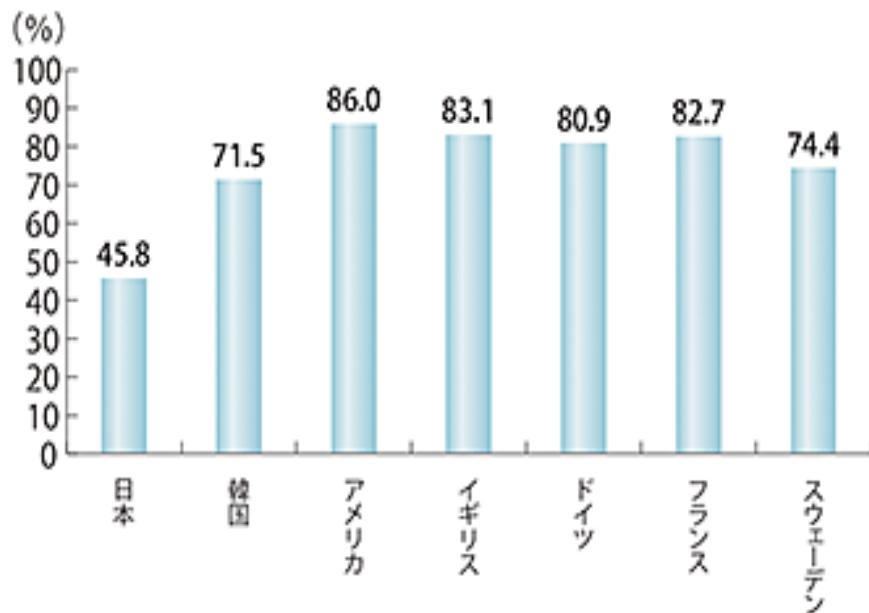
- ・ある会議でスピーチしました。
- ・途中言い間違えたり言葉を詰まらせました。
- ・席に戻ったら、こちらを見て何かを話している人がいました。

⇒どう感じますか。

- ▶ 自己肯定感は
- ▶ 子どもの成長や人格形成に
- ▶ とても重要な感情

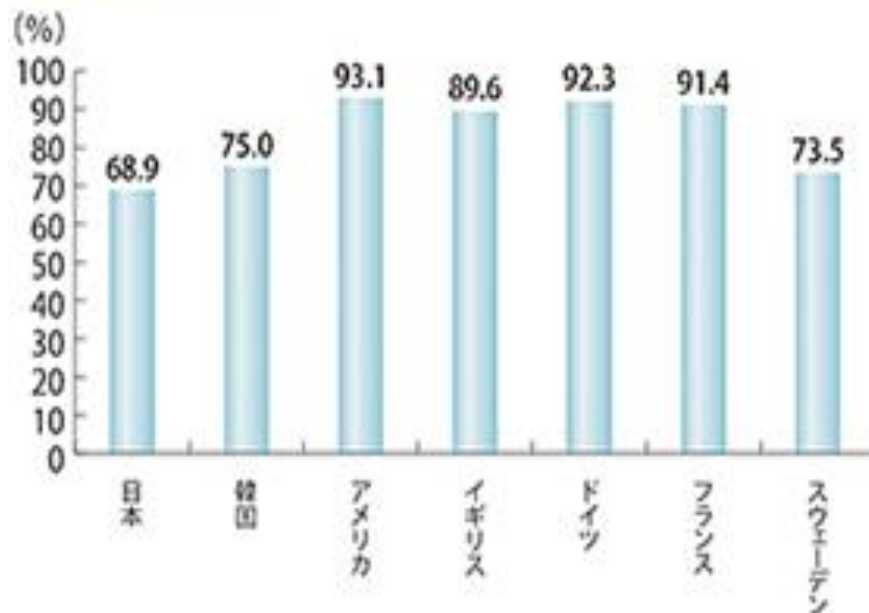
「平成26年版 子ども・若者白書(概要版) 特集 今を生きる若者の意識
～国際比較からみえてくるもの～」(日本、韓国、アメリカ、イギリス、
フランス、スウェーデンの7カ国、満13～29歳の若者を対象)

図表1 自分自身に満足している



(注)「次のことがらがあなた自身にどのくらいあてはまりますか。」との問いに対し、「私は、自分自身に満足している」に「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答した者の合計。

図表2 自分には長所がある



(注)「次のことがらがあなた自身にどのくらいあてはまりますか。」との問いに対し、「自分には長所があると感じている」に「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答した者の合計。

(内閣府ホームページ)

<https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h26gaiyou/tokushu.html>

研究主題及び主題設定

H22～24年度 「進んで体力を高め、心身ともに健康である児童の育成」 （体育的活動）

H25～30年度 「できた、のびた、わかったを味わえる体育授業」 （器械運動領域）



規律ある態度



体育における
技能



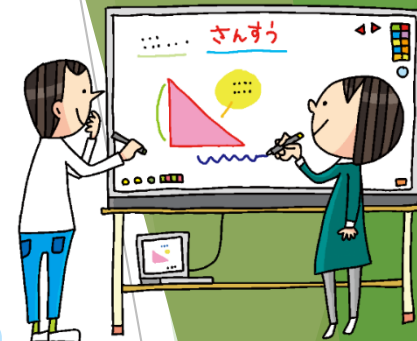
体育好きの児童

研究主題及び主題設定

課題

自分のよさに気付けていない児童の存在

友達の考えを受け入れ、よりよい考えを導き出すことが苦手な児童の存在



研究主題

「自他のよさを見つけ、認め合う児童の育成」
～体育科と特別活動を中心として～

研究概要

仮説1

「児童の所属・承認欲求を満たす指導・学級づくりを推進する取組を行うことで、児童が自分に自信を持ち、生き生きと他者と関わり合うことができるだろう。」

体育



ライフスキル



特別活動



学級づくり

資料調査

環境整備

仮説2

「学習場面において、話し合い、認め合う活動や評価を充実させることで、児童が進んでお互いを認め合い、学習目標を達成することができるだろう。」

仮説1について

仮説1

「児童の所属・承認欲求を満たす指導・学級づくりを推進する取組を行うことで、児童が自分に自信を持ち、生き生きと他者と関わり合うことができるだろう。」

手立て① 教職員による児童理解、児童の実態把握の取組

手立て② 短学活（朝・夕の会）を利用した学級への所属感や自己存在感をもたせる工夫

手立て③ ライフスキル教育の手法を援用した学級活動の取組

仮説1について

手立て① 教職員による児童理解、児童の実態把握の取組

児童理解メモ



休み時間調査



いいところを見つける風土づくり

よりよい人間関係づくり

仮説1について

手立て② 短学活（朝・夕の会）を利用した学級への 所属感や自己存在感をもたせる工夫

朝のスピーチ

【形態の工夫】

例 全体の前でペア
同士・グループで



【構成の工夫】

例 感想を伝える時間
質問をする時間



【内容の工夫】

例 相互理解、合意形成、
創意発想



いいところさがし

【対象の工夫】

例 前後
班のメンバー
くじで引いた人



【伝え方の工夫】

例 口頭で
紙に書いて
タブレットで



指導と見取りと評価の徹底

仮説1について

手立て③ ライフスキル教育の手法を援用した学級活動の取組

セルフエスティーム

人間関係

6 本時の展開

- (1) ねらい
・自分らしさに気づき、自分や友達の個性をお互いに認め合う。

(2) 展開

段階	児童の活動 「指示、発問」	指導上の留意点 ★研究テーマとの関わり	教材・資料 ◎目指す児童の姿 【評価方法】
導入 10分 つかむ	○課題をつかむ。 「コラージュをしようがいしあって、それぞれのこせ いを見つけよう。」 ○仲間探しゲームをする。 「短冊に自分の考えを 1つ書き、同じこと を書いた友達を見つ けましょう。」	・自分らしさを見つける時間にすることを伝える。 ・「青」と書いて連想するものを短冊に1つ記入 し、よく似た内容を書いた友達を探し、3人 (2人)のグループを作るよう指示する。 ・これからする活動のグループを作ることを確 認する。 ★絶対にどんな意見もばかにしたり、けなし たりするようなことはしないということをはじ めに確認しておく。	短冊
展開 30分 さぐる、 見つける	○作成したコラージュ を紹介する。 「コラージュを紹介し ましょう。」 「作ったグループで1 人1分コラージュの 紹介をしましょう。」 ○ゲーム「似たもの3 人」を行い、3人の異 なる特質や共通する 特質を見つける。 「グループの3人のコ ラージュを比べて、同 じところと違うところ を探してワークシ ートに書きましょ う。」 ○発表する。 「見つけた同じところ や違うところを発表 しましょう。」	・事前に作成したコラージュを大型テレビを使 って紹介する。(代表2人程度) ・発表を聞く際には自分と共通したところや違 うところはないかを考えながら聞くように声 をかける。 ★友達の発表を聞く時には「聴き方あいいうえお」 を想起させる。 ・3人のグループで順番を決め、コラージュを 1人1分程度で紹介するように指示する。 ★コラージュの発表を聞いて、気になっ た質問をして、内容を深めるように促す。 ・他の2人とは違う特質・同じ特質を見つけて 3つずつワークシートに書くように指示する。 ・活動時間は5分ということ伝える。	大型テレビ 作成したコラ ージュのデー タシート 3人の3人 のワークシ ート 大型テレビ (ワー クシートの 提示 物)

①つかむ

事前に学級全員にアンケートをとるなどし、課題意識をもたせる。

②さぐる、見つける ライフスキル教育の援用 実際に活動してみたい試したいして解決の糸口を 見つける。

7 発表計画

コラージュをしようがいしあって、それぞれのこせいを見つけよう。

なかまさがしゲーム

にたもの3人ゲーム

①「青」と書いて思い
なもののカードに書く。
②カードをもった児童
が発表し、よく似た内
容を書いた友だちも探
す。③1人1グループを作る。

③決める

個人目標の意思決定をする。

仮説2について

仮説2

「学習場面において、話し合い、認め合う活動や評価を充実させることで、児童が進んでお互いを認め合い、学習目標を達成することができるだろう。」

手立て① 話し合い、認め合いの視点、方法を明確にした指導

手立て② 話し合い、認め合いの評価の工夫

体育科 特別活動 を中心として

体育科

単元計画の工夫

望ましい声
かけ（話合
い・認め合
い）例を示
す。

**互いの課題を
明らかにし、
見合うことが
できるように
する。**

仮説2について

体育科

手立て① 話し合い、認め合いの視点、方法を明確にした指導

見合いの工夫

形態の工夫（ペア・3人組等の
特徴を踏まえ選択）



伝え方の工夫（映像の活用、身振り手振り、連続図への書き込みなど）



手立て① 話し合い、認め合いの視点、方法を明確にした指導

伝え合いタイム

① 出来栄やアドバイスを伝える



相手の伸びや頑張りを認める

② 技のコツや分かったことを伝える



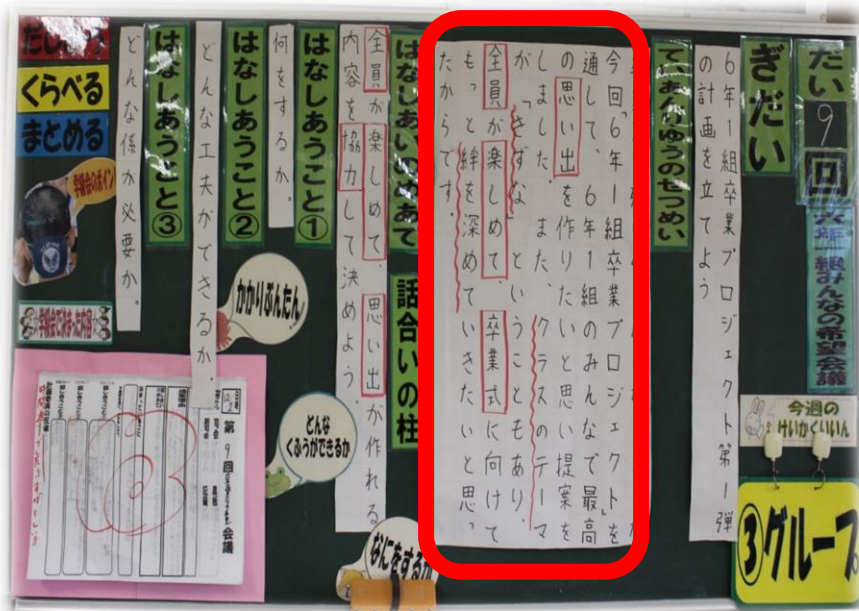
相手の考えを認める

仮説2について

特別活動

手立て① 話し合い、認め合いの視点、方法を明確にした指導

提案理由等のイメージの共有化



修学旅行を超えろ！！
「6-2オリジナル！
修学旅行ウォークラリーの
計画を立てよう！」
パート1



仮説2について

特別活動

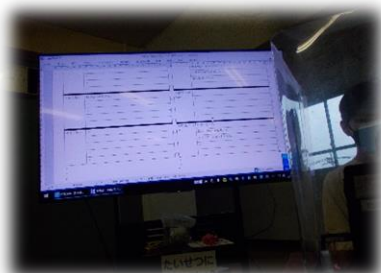
手立て① 話し合い、認め合いの視点、方法を明確にした指導

友だちの意見を大切にする工夫



意見の理由の視覚化

少数の意見



おたすけシート

◎こまったときに、このことばをつかいましょう。

	つたえたか
だしあ	～をすると～というきもちになるとおもいます。 ～をしたとき、～だったので、～がよいとおもいます。 これができたら、～になるとおもうので、～がよいと
くらべあう	～といういけんとおなじで～です。 ～といういけんに、にているのですが、～です。 ～は、どういうこと（もの）ですか。 ～をもっとくわしくせつめいしてください。 ～がしんばいなら、～すればよいとおもいます。 さいしよは、～だったけど、～といういけんをきいて なっとくしたので、～といういけんにさんせいしま す。 ～にさんせいいけんがおおいので（ききに）～にけ つていしてよいとおもいます。 ～と～のいけんをあわせて～にしたらよいとおも います。 ～のいけんに～をとりにれたらよいとおもいます。 ～と～をすこしずつやればよいとおもいます。 ～は、○○かか（せんせい）におねがいすればよい とおもいます。

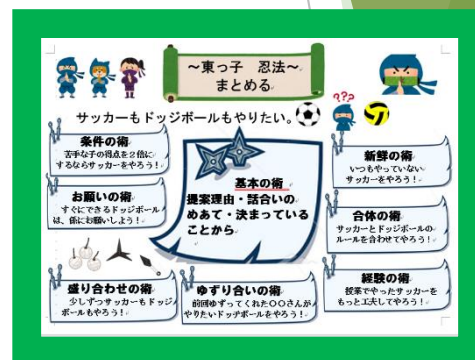


仮説2について

特別活動

手立て① 話し合い、認め合いの視点、方法を明確にした指導

折り合いをつける視点



物事を解決する姿



手立て② 話し合い、認め合いの評価の工夫

活動の場面での評価

声かけで評価



教え合い・認め合いの活発化

24

動画とともに評価



望ましい伝え合いの姿の共有

手立て② 話し合い、認め合いの評価の工夫

ふりかえりの場面での評価



友達に伝えても
らったことを記入



- ① めあてに正対するふりかえり
- ② 友達の考えのよさを認めるふりかえり
- ③ 教員からの評価

仮説2について

特別活動

手立て② 話し合い、認め合いの評価の工夫

ふりかえりコーナーの工夫

学級会の反省

実践活動の反省

みんなでやりたいこと

解決したいこと

みんなで作ってみたいこと

お互いの目標や
活躍、ふりかえ
りの認め合い

仮説2について

特別活動

手立て② 話し合い、認め合いの評価の工夫

ふりかえりカードの工夫



学級会シート

学級会シート 名前()

第()回 話し合い活動の活動計画()月()日

議題	司会()	副司会()
計画委員	ノート()	黒板()

感想 話し合いをふりかえて

①自分とちがう友達の意見もすなおに聞くことができた。 ◎ ○ △ ×

②理由もつけて、自分の意見を伝えようとする事ができた。 ◎ ○ △ ×

③めあてをいしきして話し合えた。 ◎ ○ △ ×

④友達のいいなと思ったところを書きましょう。
だれの(佐木さん) どんどこ
手にうて、おしりを出して、よく
お話を聞きました。

意見と理由

ふりかえりカード

振り回りカード

名前

◎○△で評価しよう

自分の役割に責任をもって取り組むことができましたか。

友達と協力し合って活動することができましたか。

友達のよいところやがんばったことを見付けられましたか。

友達のいい
なと思った
ところ27記入

「友達のよいと
ころを見つけら
れたか」を見と
る項目

成果と課題

本校で実施したアンケート(一部抜粋)

1回目 7月実施

東っ子 アンケート(1～2年)

年 組 名前()

このアンケートは、東小のみなさんがよりよくべんきょうできるように、また、先生たちがもっとじょうずにいられるようににつかいます。すなおにしょうじきにおしえてください。

【自分のことについて】

(1) 自分には、「よいところ」があると思いますか？

(おもう どちらかといえばおもう どちらかといえばおもわない おもわない)

(2) おともだちやクラスの人は、あなたのことをほめたり、はげましたり、おうえんしたりしてくれますか。

(くれる どちらかといえばくれる どちらかといえばくれない くれない)

(3) あなたは、おともだちやクラスの人を、ほめたり、はげましたり、おうえんしたりしていますか。

(している どちらかといえばしている どちらかといえばしていない していない)

【学習について】

(4) じゅぎょうの中で、ペアやグループ、チームで話合うことは楽しいですか。

(たのしい どちらかといえばたのしい どちらかといえばたのしくない たのしくない)

(5) じゅぎょうの中で、おともだちにいわれて、うれしかったり、よかったとおもったりしたことばをおしえてください。

(6) じゅぎょうの中で、おともだちにいわれて、かなしかったり、いやだとおもったりしたことばをおしえてください。

1回目 7月実施

東っ子 アンケート(3～6年)

年 組 名前()

このアンケートは、東小のみなさんがよりよく学習できるように、また、先生方の勉強のために使います。成績には入りませんので、すなおに正直に答えてください。

答えは、4つの中から一番近いもの一つを選んでください。また、言葉で書くところはできるだけわくわく書いてください。

【自分のことについて】

(1)-1 自分には、「よいところ」があると思いますか？

(思う どちらかといえば思う どちらかといえば思わない 思わない)

⇒(1)-2 それはどんなところですか。「よいところ」をできるだけ多く教えてください。

(2) 勉強や運動、学校生活の中で、あなたががんばったことややりとげたことを書いてください。(思いつかない時や見当たらない時には、「とくになし」と書いてください。)

(3) 友達やクラスメートは、あなたのことをほめたり、はげましたり、みとめてくれたりしていると思いますか。

(思う どちらかといえば思う どちらかといえば思わない 思わない)

⇒(3)-2 ほめたり、応援したり、みとめてくれた時に、あなたはどんな言葉をかけられたことがありますか？

(4) あなたは、友達やクラスメートのことを、ほめたり、はげましたり、みとめていたりしていると思いますか。

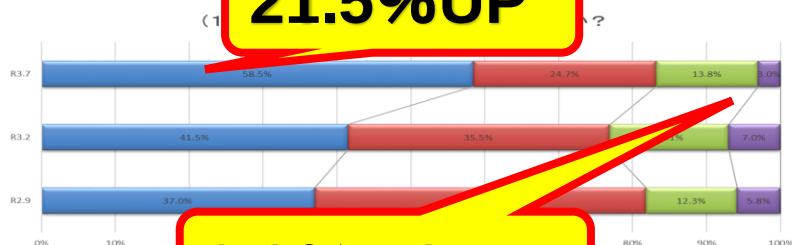
(している どちらかといえばしている どちらかといえばしていない していない)

⇒(4)-2 ほめたり、応援したり、みとめる時に、友達やクラスメートにどんな言葉をかけていますか。

成果と課題

アンケート集計（数値項目から）

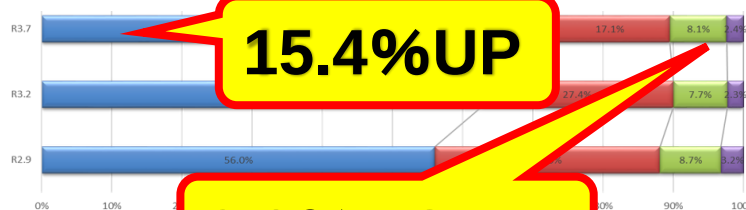
(1) 自分には「よいところ」があると思いますか。



21.5%UP

2.8%DOWN

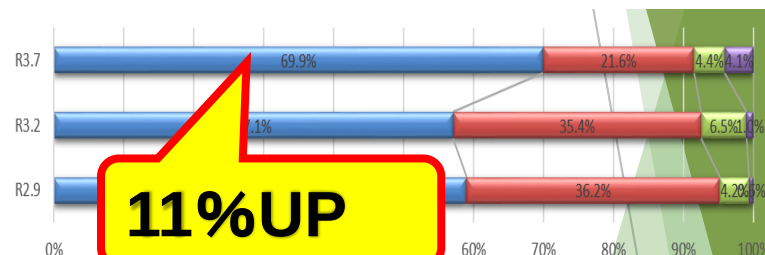
(2) 友達やクラスメートは、あなたのことをほめたり、応援したり、みとめてくれたりしていると思いますか。



15.4%UP

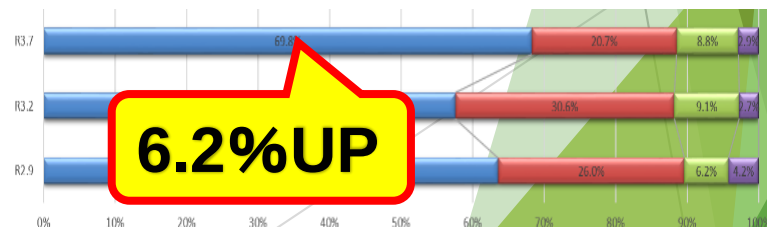
0.8%DOWN

(3) あなたは、友達やクラスメートのことをほめたり、応援したり、みとめてくれたりしていると思いますか？



11%UP

(4) 授業の中でペアやグループ、チームで話し合ったりすることは楽しいですか。



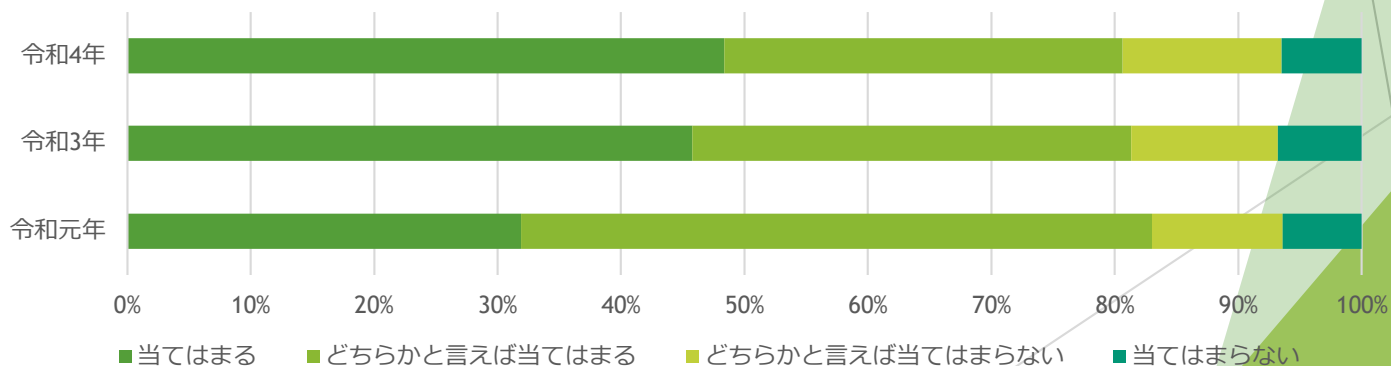
6.2%UP

全国学力学習状況調査集計（記述項目から）

全国学力学習状況調査質問紙回答・・・自分にはよいところがあると思いますか。

	令和元年	令和3年	令和4年
当てはまる	31.9	45.8	48.4
どちらかと言えば当てはまる	51.1	35.6	32.3
どちらかと言えば当てはまらない	10.6	11.9	12.9
当てはまらない	6.4	6.8	6.5

全国学力学習状況調査質問紙回答
～自分にはよいところがありますか～
(令和2年末実施)

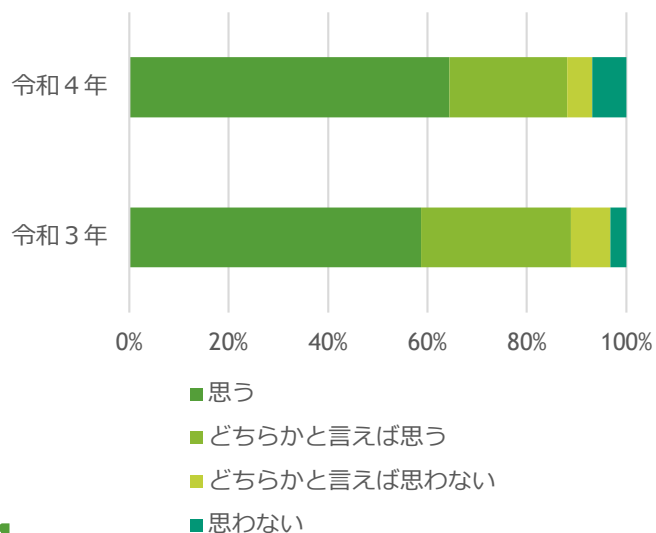


成果と課題

埼玉県学力学習状況調査集計現5・6年生

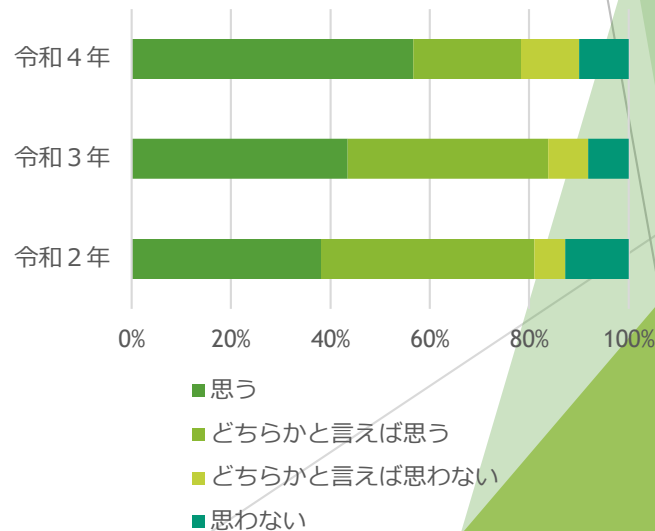
埼玉県学力学習状況調査質問紙回答・・・自分にはよいところがあると思いますか。

現5年生	令和3年	令和4年
思う	58.7	64.4
どちらかと言えば思う	30.2	23.7
どちらかと言えば思わない	7.9	5.1
思わない	3.2	6.8



埼玉県学力学習状況調査質問紙回答・・・自分にはよいところがあると思いますか。

現6年生	令和2年	令和3年	令和4年
思う	38.1	43.5	55.7
どちらかと言えば思う	42.9	40.3	21.3
どちらかと言えば思わない	6.3	8.1	11.5
思わない	12.7	8.1	9.8



▶ 今後の本校の取組

- ▶ ・これまで学級という単位での取組
- ▶ ⇒学級より一人一人の子どもに重きを置く
- ▶ ⇒それぞれの子どもが主体的に本気で取り組めるような授業を目指す
- ▶ ※より広い視点から児童の自己肯定感の
- ▶ 高低に影響する要因について考える

**ご清聴
ありがとうございました**